



CLASIFICACIÓN DE LA MEMORIA.

Procesos Psicológicos
Básicos.



Memoria de Corto Plazo.

La **memoria de corto plazo (MCP)** retiene la información en la que estamos pensando o de la que estamos al tanto en cualquier momento dado, William James la llamó memoria primaria.



Referencia: Concepto.de (s.f) ¿Qué es memoria? [imagen] recuperada a partir de <https://concepto.de/memoria/>

- La MCP tiene dos tareas principales: almacenar brevemente la nueva información y trabajar en ella.
- La MCP se llama en ocasiones memoria de trabajo para enfatizar el componente activo o de trabajo de éste sistema de memoria.

Memoria de Corto Plazo.

Memoria de corto plazo (MCP) Memoria de trabajo; almacena brevemente y procesa la información seleccionada de los registros sensoriales.

Capacidad de la MCP

La MCP puede retener tanta información como la que es posible repetir o repasar entre 1.5 y 2 segundos.

- C X W
- M N K T Y
- R P J H B Z S
- G B M P V Q F J D
- E G Q W J P B R H K A

- Límites de la MCP dependen, en parte del material implicado.
- Una estrategia para mejorar la memoria es utilizar la Segmentación, que es la organización de la información de modo que encaje en unidades significativas.

Observa el siguiente número:

106619451812

Memoria de Corto Plazo.

106619451812

Recordar 12 dígitos separados suele ser muy difícil, pero trate de segmentar la lista en tres grupos de cuatro:

1066 1945 1812



Memoria de Corto Plazo.

- La MCP puede manejar fácilmente cinco letras o palabras no relacionadas al mismo tiempo, pero es mucho más difícil recordar cinco oraciones no relacionadas.
- La memoria de corto plazo por lo regular tiende a realizar más de una tarea a la vez.
- Cuando dos tareas de memoria se presentan en diferentes modalidades sensoriales (por ejemplo, visual y auditiva).
- Es menos probable que se interfieran entre sí que si son de la misma modalidad. Esto sugiere la existencia de sistemas de memoria de trabajo de *dominio específico* que pueden operar al mismo tiempo con muy poca interferencia.

Codificación en la MCP

- **Segmentación** El agrupamiento de la información en unidades significativas para que la memoria de corto plazo la maneje de manera más sencilla.
- Hacemos una codificación *fonológica* de la información verbal para su almacenamiento en la MCP, es decir, la codificamos de acuerdo a cómo suena.
- No todo el material en la memoria de corto plazo se almacena fonológicamente. Al menos parte del material se almacena en forma visual, y otra información se retiene de acuerdo con su significado.

Codificación en la MCP

- La *codificación dual* de las imágenes explica por qué en ocasiones es útil formar una imagen mental de algo que uno trata de aprender.

Mantenimiento en la MCP

- Los recuerdos de corto plazo son fugaces y por lo general duran cuestión de segundos. Sin embargo, podemos mantener la información en la MCP por periodos más largos mediante el **repaso mecánico**, llamado también *repaso de mantenimiento*.
- El repaso mecánico consiste en repetir la información una y otra vez, en silencio o en voz alta.

Memoria de largo plazo.



Todo lo que aprendemos se almacena en la memoria de largo plazo. (MLP)

Memoria de largo plazo (MLP)

La parte de la memoria que es más o menos permanente, correspondiente a todo lo que “sabemos”.

Capacidad de la MLP

- La memoria de largo plazo es capaz de almacenar una gran cantidad de información por muchos años.



Referencia: Catalunyaavanguardista (2016) El cerebro como almacén de recuerdos [Imagen] recuperada a partir de https://www.catalunyavanguardista.com/catvan/wp-content/uploads/2016/01/recuerdos_edited.jpg

Codificación en la MLP.

- ¿Puede imaginarse la forma de la península de Florida? ¿Sabe cómo suena una trompeta? ¿Puede imaginar el olor de una rosa o el sabor del café? Cuando responde el teléfono, ¿identifica al hablante de inmediato sólo por el sonido de la voz?
- Su habilidad para hacer la mayoría de esas cosas significa que al menos algunos de los recuerdos de largo plazo están codificados en términos de imágenes no verbales: formas, sonidos, olores, sabores, etcétera.
- La mayor parte de la información en la MLP parece estar codificada en términos de significado

Efecto de Posición Serial.

- Efecto que consiste en que cuando nos piden recordar una lista de elementos no relacionados, el desempeño es mejor para los elementos colocados al inicio y al final de la lista.
- Cuando alguien recibe una lista de datos para recordar (como la lista de los artículos de la tienda), tiende a recordar mejor los primeros (*efectos de primacía*) y los últimos elementos (*efecto reciente*) de la lista.



Mantenimiento en la MLP.

- **Repaso mecánico:** el repaso mecánico, es la herramienta principal para mantener la información en la MCP, también es útil para retener información en la MLP. La práctica hace al maestro. Es probablemente el método común para almacenar materiales sin significado, como números telefónicos, números de seguridad social, códigos de seguridad, contraseñas para la computadora, fechas de cumpleaños y nombres de personas.
- Lo que incrementa la memoria no es tanto la cantidad, sino el tipo de repaso.
- **Repaso elaborativo:** conexión de la nueva información en la memoria de corto plazo con el material familiar almacenado en la memoria de largo plazo. El acto de relacionar la nueva información con algo que ya sabemos. Mediante el repaso elaborativo, se extrae el significado de la nueva información y luego se vincula con tanto material como sea posible ya presente en la MLP.

- **Esquema:** conjunto de creencias o expectativas acerca de algo que se basan en la experiencia previa.
- Un esquema es una representación mental de un evento, objeto, situación, persona, proceso o relación que se almacena en la memoria y que lo lleva a esperar que su experiencia se organice de ciertas maneras.

En conclusión:

La memoria de largo plazo ofrece un vasto espacio de almacenamiento para información que podemos recuperar de diversas maneras.

Su capacidad es inmensa, y el material almacenado ahí puede permanecer por décadas más o menos intacto.

- En comparación la memoria de corto plazo tiene una capacidad claramente limitada; la información desaparece de la MCP como resultado del decaimiento o simplemente porque el espacio de almacenamiento está saturado.
- Los registros sensoriales pueden recoger un enorme volumen de información menos permanente, pero no tienen la capacidad para procesar los recuerdos. En conjunto, esas tres etapas de la memoria (los registros sensoriales, la MCP y la MLP) comprenden el procesamiento de información de la memoria.

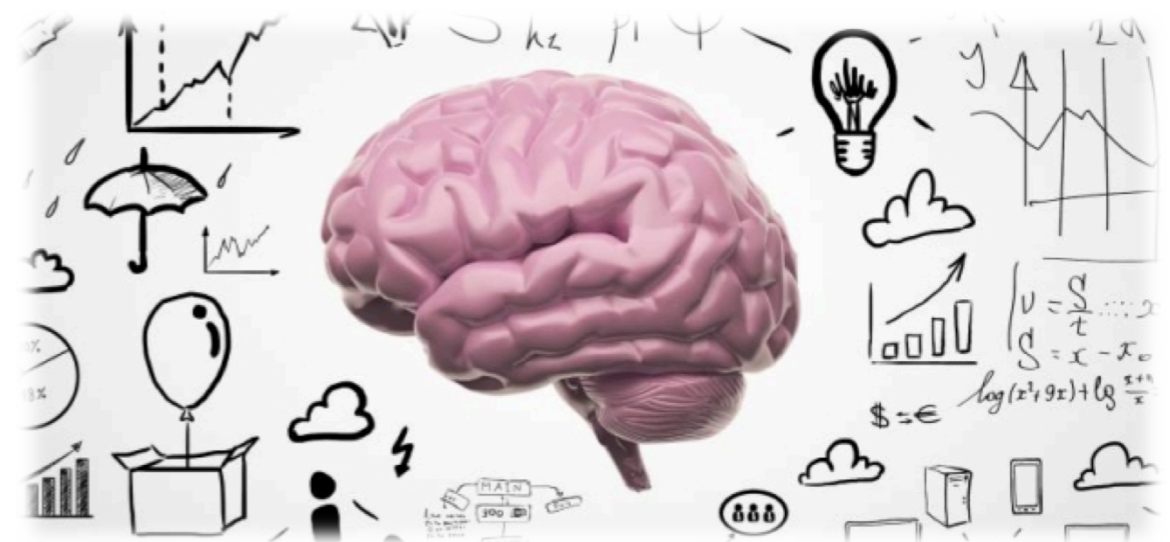
División de la Memoria de Largo Plazo.



Levante, (2017) ¿Cómo almacena los recuerdos el cerebro? Recuperada a partir de <https://www.levante-emv.com/vida-y-estilo/salud/2017/01/13/almacena-recuerdos-cerebro/1515166.html>

Tipos de MLP

- **Memoria episódica.**
Parte de la memoria de largo plazo que almacena eventos experimentados personalmente.
- **Memoria semántica.**
Parte de la memoria de largo plazo que almacena hechos e información general.



Economia hoy.mx (2015) El cerebro almacena la hora y el lugar de los recuerdos [imagen] recuperada a partir de

<https://www.economiahoy.mx/ciencia-eAm-mx/noticias/6942893/08/15/El-cerebro-almacena-la-hora-y-el-lugar-de-los-recuerdos.html>

Tipos de MLP

- **Memoria procedimental:** parte de la memoria de largo plazo que almacena información relacionada con habilidades, hábitos y otras tareas perceptuales motoras.
- **Memoria emocional:** respuestas emocionales aprendidas a varios estímulos.
- **Memoria implícita:** memoria que se usa para la información que no podemos expresar fácilmente con palabras y que podemos no estar conscientes de tener; esos recuerdos no pueden recuperarse intencionalmente de la memoria.
- Memoria que usamos para información que podemos expresar fácilmente en palabras y que estamos conscientes de tener, esos recuerdos pueden recuperarse fácilmente de la memoria de manera intencional.

Tipos de Memoria.

Explícita		Implícita	
Semántica	Episódica	Procedimental	Emocional
Recuerdos de hechos y conceptos. Ejemplo: Recordar que Albany es la capital de Nueva York.	Recuerdos de eventos experimentados personalmente. Ejemplo: Recordar un viaje a Albany.	Habilidades motoras y hábitos. Ejemplo: Patinar sobre hielo.	Reacciones emocionales aprendidas. Ejemplo: Sentir desagrado al ver una rata.

Fenómeno de la Punta de la Lengua.

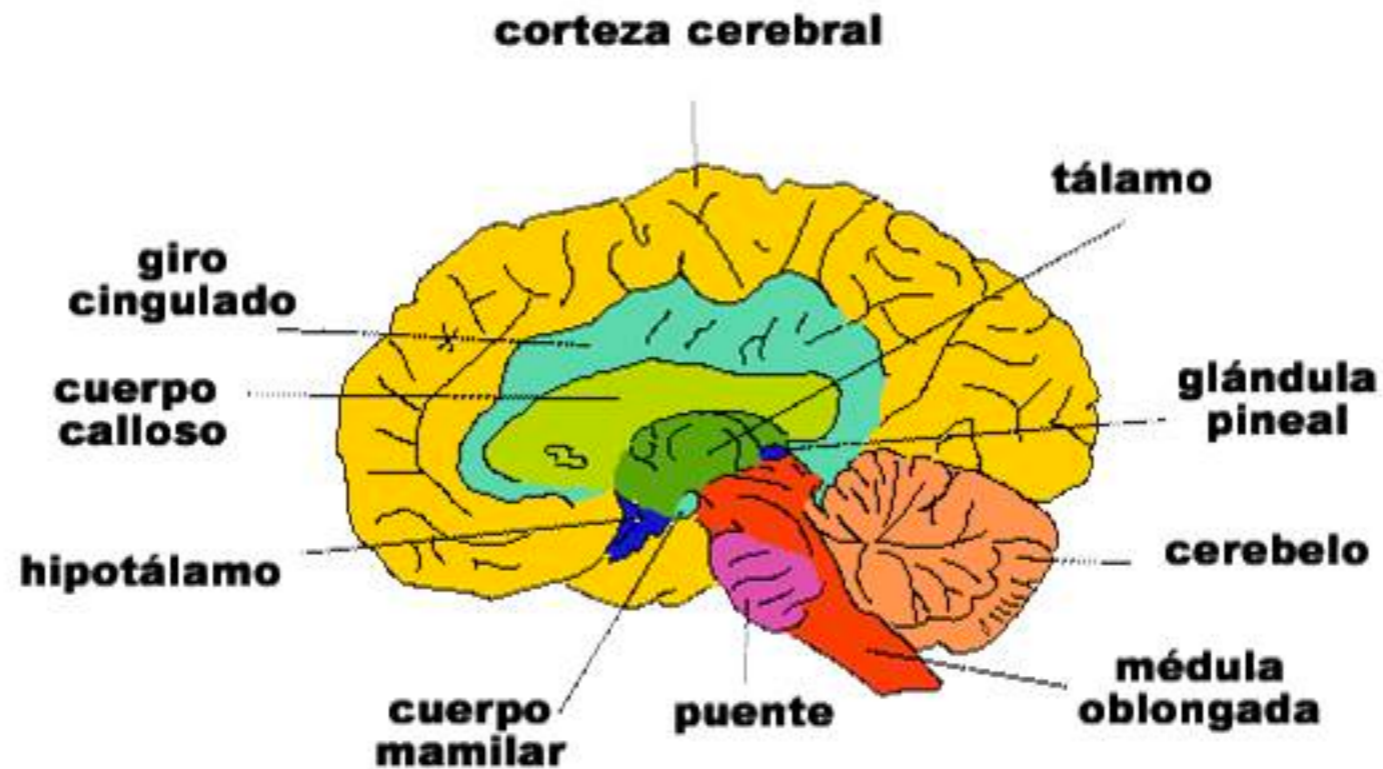
- Consiste en saber una palabra sin ser capaz de recordarla de inmediato.
- Es frecuente que aparezca en situaciones estresantes y a medida que la gente envejece.
- Cuanto más te esfuerzas, más te saboteas.
- La mayoría de las veces aparece la palabra minutos después de necesitarla.

¿Cómo se forman los recuerdos?

- Todo lo que recordamos se encuentra en el encéfalo.
- Cuando aprendemos cosas nuevas se forman conexiones nuevas también.
- Cuando repasamos material que conocemos reforzamos las conexiones existentes.
- Es un cambio de larga duración en la estructura o función de una sinapsis que incrementa la eficiencia de la transmisión nerviosa y que se cree que está relacionado con la manera en que se almacena información de las neuronas.

¿Dónde se almacenan los recuerdos?

Hay diferentes partes del encéfalo que se encargan de guardar los recuerdos.



Sección medial del cerebro desde la parte izquierda

Referencia: Seminariodefundamentacion (s.f) Sistema Nervioso Central y sus funciones, [imágenes] recuperado a partir de <https://seminariodefundamentacion.wordpress.com/2014/03/26/sistema-nervioso-central-y-sus-funciones/>

Referencias.

- Morris, Charles G., Maisto, Albert A. Psicología. Ed. Prentice Hall. Décima edición.
- Baron, Robert A. Fundamentos de Psicología. Ed. Prentice Hall.
- Coon, Dennis. Psicología, exploración y explicaciones. Ed. Thompson.
- Fernández-Abascal, E. y otros. Procesos Psicológicos. Editorial Pirámide
- Mestre Navas, J. M. y otros. Procesos psicológicos básicos; una guía académica para los estudios en psicopedagogía, psicología y pedagogía, Editorial Mc Graw Hill
- Pérez F. V. y otros. Procesos psicológicos básicos. Un análisis funcional. Editorial Prentice Hall.